

RASSEGNA STAMPA SU VINO, BIRRA E ALTRI ALCOLICI **A cura di Roberto Argenta, Guido Dellagiacomma, Alessandro Sbarbada**

ADNKRONOS

Il medico della Nazionale di calcio, birra dopo lo sport meglio degli integratori

Un legame vincente. E' quello tra il consumo moderato di birra e l'attività sportiva. "Come per un atleta, le migliori prestazioni della birra si vedono anche sul fronte sportivo. Lontano dallo sforzo questa bevanda ha effetti positivi, e grazie alla minore quantità di zuccheri, al maggior contributo di magnesio, fosforo, calcio e complesso B, se limitata a una piccola quantità, la birra è anche più valida di un qualsiasi altro integratore energetico perché più completo". Lo ha spiegato all'Adnkronos Salute Luca Gatteschi, medico della Nazionale italiana di Calcio e consigliere della Società italiana nutrizione sport e benessere.

Lo scorso dicembre l'attaccante dell'Empoli Massimo Maccarone ha festeggiato un gol contro il Bologna bevendo un sorso di birra a bordo campo. "Durante i raduni della Nazionale c'è anche la possibilità di bere una birra - racconta Gatteschi, che ha partecipato al convegno 'Birra e salute, birra e sport. Incontri possibili o impossibili?' al 'Beer Attraction' a Rimini promosso da Unionbirrai - Questa bevanda può tranquillamente stare sulla tavola di una squadra di calcio anche durante i ritiri. Per i calciatori, o gli sportivi in generale, meglio quelle a bassa gradazione e artigianali. Una 'Gose' o una 'Weiss', ad esempio, dopo una partita di tennis, hanno lo stesso valore di un'aranciata. Basta che non si superino i 3-4 gradi alcolici".

L'incontro tra sport e birra è quindi davvero possibile. "Le donne, in questo caso, sono le più avvantaggiate: alcune ricerche avrebbero dimostrato una prestazione sportiva migliore il giorno dopo l'assunzione di birra - sottolinea il medico della Nazionale - Uno studio pubblicato sull'"International Journal of Sport Nutrition' ha verificato che la reidratazione con birra e acqua non è inferiore a quella apportata con la sola acqua - ha aggiunto - In più le birre, soprattutto quelle artigianali e non filtrate, sono ricche di magnesio".

"Bisogna sempre ricordare che si parla di una bevanda alcolica - aggiunge Gatteschi, che oltre ad essere medico ha un notevole curriculum brassicolo - ma ci sono studi che hanno evidenziato come un consumo moderato di birra può dare dei benefici a chi è diabetico o cardiopatico. Si parla in genere di un'unità alcolica per le donne e di due per gli uomini a giorno, ovvero una lattina o bottiglia di birra (330 ml) di media gradazione. Il segreto sta nei cereali e nel luppolo: quest'ultimo ha proprietà antiossidanti, ci sono alcuni lavori scientifici che stanno monitorando l'effetto neuroprotettivo delle sostanze presenti nel luppolo".

La birra, soprattutto quella artigianale, ha caratteristiche importanti a livello qualitativo per via della selezione attenta delle materie prime e del tipo di lavorazione. "Assunta dalle donne in pre e post-menopausa riduce la perdita di calcio dalle ossa contrastando l'osteoporosi - ricorda il medico sportivo - Dobbiamo ripartire dal concetto fondamentale per cui l'alimentazione è un fatto culturale oltre che sociale, non si può riportare tutto all'analisi degli effetti positivi e negativi di un singolo alimento, che invece va inquadrato nel concetto generale di alimentazione". (*)

(*) Nota di Emanuele Scafato (da facebook):

sarebbe interessante apprendere dal collega il rationale del legame tra birra e sport, in questo caso agonistico ... Sarebbe interessante un confronto scientifico al quale come Presidente della Società Italiana di Alcolologia mi rendo immediatamente disponibile ... a me la Nazionale di calcio sta a cuore e credo che i nostri atleti abbiano diritto al meglio e ad un'informazione valida, oggettiva e soprattutto completa, magari sentendo anche cosa dicono in Federazione Italiana Gioco Calcio, all'Istituto di Medicina dello Sport e, non ultima, ai colleghi della Società Scientifica SINSEB di cui il collega Gatteschi è consigliere.

Garantire scelte informate significa saper spiegare perché una bevanda che contiene una sostanza tossica e cancerogena possa essere meglio di uno o più integratori di cui è nota e studiata efficacia e sicurezza ... Un conto è scegliere di bere, altro far ritenere che possa essere la scelta migliore, salutare, per uno sportivo agonista ... La domanda è: perché?

A proposito... una cosa me la sento io di consigliare al collega: le donne lasciamole stare ... hanno bisogno di tutto tranne che dell'alcol e specialmente in menopausa o pre-menopausa ... le donne SANNO che 10 grammi di alcol in più rispetto ai primi corrispondono al 7% di rischio di cancro della mammella, il primo cancro da combattere a qualunque età, altro che

osteoporosi ... e il Codice Europeo per la prevenzione del Cancro dell'OMS enuncia molto chiaramente : SE si vuole fare prevenzione del cancro NON bere è la scelta migliore e vale anche per i calciatori ... RICORDIAMOCI di essere MEDICI : primum non nocere ... Emanuele Scafato, Presidente Nazionale SIA

ANSA

**Alcol: nasce "Bere meglio", qualità e salute al bancone bar
Consumo responsabile promosso da corso Fipe-Federvini**

Entra nel vivo il progetto #beremeglio, la "sfida" per un consumo di bevande alcoliche di qualità, lanciata alla fine dello scorso anno da Federvini (Federazione Italiana Industriali Produttori, Esportatori ed Importatori di Vini, Vini Spumanti, Aperitivi, Acquaviti, Liquori, Sciroppi, Aceti ed Affini) e Fipe, Federazione Italiana Pubblici Esercizi. Le due associazioni hanno siglato un patto per la qualità nel consumo fuoricasa di bevande alcoliche con l'obiettivo di dare vita ad un progetto nazionale con l'avallo del ministero della Salute.

Un impegno, sottolineano Federvini e Fipe, che parte da una nuova filosofia che fa dell'esercente di bar e ristoranti "il promotore di una cultura di qualità, di responsabilità e di moderazione nei confronti dei propri clienti", grazie ad un'approfondita preparazione professionale. Partono domani a Padova - con la collaborazione dell'Associazione Provinciale Pubblici Esercizi (Appe) di Padova, che ospita la fase pilota del progetto - i primi corsi per i baristi, pensati per la salute dei consumatori. Ai partecipanti sarà distribuita una dispensa pratica con le regole, i consigli e le indicazioni su come gestire il prodotto "alcol" nel contesto del proprio esercizio.

«I consumi di bevande alcoliche in Italia risultano in contrazione da 20 anni, e secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità il consumo pro-capite (6/10 litri all'anno) è tra i più bassi nell'Unione Europea" sottolinea Sandro Boscaini, Presidente di Federvini nel ricordare come il consumatore italiano si sia distinto per primo per un bere moderato, orientato alla qualità del prodotto. "Non dobbiamo tuttavia dimenticare l'importanza di una cultura di responsabilità - conclude - con particolare riferimento ai giovani, una delle categorie più sensibili al consumo delle bevande alcoliche fuori casa. Ed è proprio con queste premesse che nasce il progetto #Beremeglio per supportare i gestori di bar, locali e ristoranti nel rapportarsi in modo corretto nei confronti di queste tipologie di clienti, puntando su un'offerta di qualità. Bere meglio significa puntare sulla qualità piuttosto che sulla quantità del bere ed apprendere l'arte della convivialità e dello stile mediterraneo» (ANSA).

TRENTINO WINE BLOG

PRESA DIRETTA, PRESA DI COSCIENZA

di Cosimo Piovasco di Rondò

Non sarò io a scrivere che ieri sera la trasmissione televisiva Presa Diretta, su Rai 3, "ha compiuto uno scempio mediatico contro il vino italiano". Non sarò io a scrivere che quello andato in onda ieri sera dalle terre del Prosecco, è stato un reportage "penoso". Non sarò io, perché dalla tribuna di questo blog, fin da quando è nato, ho cercato di non nascondere nulla di quello che accadeva, e accade, intorno al vino. Nei sottoscala dei poteri e nei sottoscala delle cantine.

Quella andata in onda ieri sera, a mio parere, è un pezzo di verità. Un pezzo di verità che forse non ha fatto piacere a qualcuno. Ma che, secondo me, era, è, giusto raccontare. E non mi si venga a dire che il vino è anche un'altra cosa, tante altre cose. Questo lo sappiamo tutti. Soprattutto noi che il vino lo amiamo. Ma di "benaltristi", di quelli che quando si parla di una cosa, ti dicono che ce ne sono ben altre di cui parlare, che sono ben altre le priorità a cui dedicarsi, ne ho piene le tasche.

Dunque, ieri sera, cosa ci ha raccontato la televisione di stato? Intanto che nelle campagne del Prosecco, come in tutte le campagne del mondo - quasi -, si usano pesticidi. E che i pesticidi non sono acqua santa. E allora, dove sta la novità? Su questo tema, ci confrontiamo, anche sul questo blog, da molto tempo. Il tema del biologico, della sostenibilità, della salute è un tema attuale ed emergente. Così come quello dell'equilibrio fra economia agricola, con le sue pratiche che per lo più prevedono anche l'uso di pesticidi seppure con una tendenza alla riduzione del danno, e il tessuto urbano e abitativo. Lo dobbiamo nascondere? Dobbiamo

fingere che la viticoltura sia indenne da queste fragilità? Lo sappiamo tutti che non è così; lo sappiamo anche in Trentino, dove mediamente la vigna viene amorevolmente trattata circa 15 volte all'anno (e per fortuna siamo una terra vocata), da uomini che entrano nei campi con lo scafandro da palombaro come se stessero andando alla guerra. Perdonatemi, ma è troppo comodo, passare tutto l'anno a scandalizzarsi per i veleni dell'Ilva o per per quelli di Porto Marghera, e poi fingere, come qualcuno fa, che l'agricoltura italiana viva dentro una bolla di santa verginità. Chi oggi si scandalizza per le immagini girate fra le campagne del Prosecco, è chi l'estate scorsa mi è saltato addosso minaccioso quando ho denunciato l'uso nelle campagne del Trentino meridionale, ad un mese dalla vendemmia, del Clorpirifos. Si fa ma non si dice. Insomma. E invece, penso, che sia il caso di raccontarle le cose. Certe cose. Tutte le cose. (*) Ieri sera, poi, le anime candide del vino italiano si sono scandalizzate – e scandalizzarsi non è un segno di intelligenza – perché hanno scoperto che esiste anche il vino industriale. Eggià il vino industriale esiste. E si tratta della stragrande maggioranza, in volumi e in valori, del vino italiano (anche italiano). E' quello che ogni tanto mi capita di chiamare vino merce. Forse sarebbe meglio chiamarlo vino popolare, visto che è il vino bevuto dalla stragrande maggioranza degli italiani (pubblico in calce alcune utili tabelle estrapolate da un recente studio Nomisma – Wine Monitor): nel 2013, il 90 %, sul volume off trade, del vino venduto si collocava sotto la fascia dei 4,99 euro. Dunque il vino industriale esiste. (*) Chi ha letto anche solo superficialmente un disciplinare di produzione di una qualsiasi DO, dovrebbe essersene fatto una pur pallida idea. Chi è entrato, anche una sola volta in una cantina di medie dimensioni, a meno che non abbia chiuso gli occhi e li abbia riaperti solo quando è entrato nella mitica barricaia, deve aver intravisto da qualche parte un laboratorio di analisi. Analisi che si fanno, in ogni cantina per bene, mica per misurare i sentori di sella di cuoio o gli afrori agrumati.

Dai su ragazzi, smettiamola di fingere. E di non vedere. E guardiamo avanti. Con realismo e senza spocchia. E se qualcuno ci racconta che qualcosa non va, magari andiamo a vedere cosa non va. Aniché aprire gli occhietti belli solo in barricaia. Perché non esiste solo il vino estetico, quello che procura orgasmi stendhaliani, non esiste solo il vino politico, quello capace di rappresentare il territorio e di esserne protagonista, non esiste solo il vino antropologico, quello che ci racconta delle tradizioni ancestrali dei nostri nonni, non esiste solo il vino etico, quello che quando lo bevi ti fai anche il bidet alla coscienza, non esiste solo il vino semiotico, quello che ti consente di interpretare i segni del presente e di costruire nuovi codici comunicativi per il futuro. Esiste, per fortuna, anche il vino merce o vino industriale o vino popolare. Ed è quello che mettiamo in tavola, a pranzo e a cena, ogni giorno tutti noi che non possiamo permetterci, quando mangiamo, di spendere più in vino di quanto spendiamo in pasta, in carne e verdure.

(*) Nota: già, niente di nuovo. Un capitolo del libro "La CASTA DEL VINO", già nel 2011, descriveva il fenomeno. Si chiamava "Animali morti sotto i filari".

(**) Nota: trovate le tabelle al link <http://www.trentinowine.info/2016/02/401637/>

IL MATTINO

Bruxelles, auto nel tunnel della metropolitana: l'autista della Range Rover era ubriaco
Scena improbabile ieri sera nella metropolitana di Bruxelles, quando una Range Rover ha percorso i binari del tunnel sotterraneo tra le stazioni Albert e Midi, interrompendo la circolazione tra la Gare du Midi e Porte de Hal.

Il fuoristrada è arrivato fino alla stazione, passando attraverso un tunnel per un paio di chilometri. Una falla evidente sulla sicurezza della metropolitana belga.

All'arrivo della polizia il conducente ha in un primo momento rifiutato di scendere. L'uomo al volante è stato sottoposto all'etilometro ed è risultato ubriaco. Immediata al sospensione della patente.

GENOVA24.IT

Recco, alla guida ubriaca: nell'auto ribaltata c'erano anche i figli minorenni

Recco. Aveva un tasso alcolemico tre volte superiore al limite consentito quando si è ribaltata con la sua auto a Recco, nei pressi del distributore di benzina.

Per fortuna non è successo nulla di grave, ma poteva essere una tragedia, visto che a bordo c'erano anche in suoi tre figli minorenni, che dopo gli accertamenti medici sono stati affidati alla nonna.

Per questo i carabinieri di Santa Margherita hanno denunciato una donna italiana di 42 anni per guida in stato di ebbrezza e le hanno ritirato la patente. La donna ha raccontato di essere stata a una serata con amici e di avere bevuto molto. All'incidente hanno assistito alcune persone che, per aiutarla a rimettere a posto l'auto, hanno danneggiato alcune vetture posteggiate e sono scappati.

UNIONE SARDA

Ubriaco, si cambia il nome in Bacon Double Cheeseburger. "Ma non sono pentito"

Forse spinto da qualche birra di troppo bevuta al bar con gli amici o ispirato dal suo amore per i panini dei fast food, un ragazzo inglese ha cambiato ufficialmente il suo nome: ora, sotto la foto nella sua carta d'identità c'è scritto Bacon Double Cheeseburger.

Sì, proprio così: e il fu Sam Smith - così si chiamava prima - dice di "non aver nessun rimpianto".

Insomma, non è affatto pentito. Al quotidiano Standard ha raccontato che Bacon Double Cheeseburger "è stata più o meno la prima cosa che mi è venuta in mente. D'altra parte il bacon piace a tutti, no? E i miei amici erano pronti a sostenere qualsiasi decisione che mi facesse passare per uno scemo", ha detto.

Così i moduli con la richiesta formale sono stati compilati e poi spediti. E la risposta è arrivata: domanda accolta.

L'uomo, 33 anni di Muswell Hill, un sobborgo di Londra, lavora come consulente per un'azienda che opera nel settore dell'energia e trascorre lunghi periodi in Medio Oriente. "Lì molti non sanno che Bacon non è proprio un nome ordinario. In Europa, invece, si rendono conto che c'è qualcosa di strano...".

E in famiglia? "Mia madre è furiosa, mio padre si è messo a ridere", mentre la fidanzata - confessa - "proprio non ne vuole sapere di sposare uno che si chiama Cheeseburger".